



気軽にキャリア相談

あなたのお話を聴かせてください

「キャリア」とは、どんなことを思い浮かべますか？
 私たちは「キャリア」を、仕事だけではなく、
 生活全般、周りとの関係、そして自分自身のこと…など、
 人生の歩み方＝「ライフキャリア」としてとらえています。



自分の「ライフキャリア」を笑顔で生きる。
 その笑顔がつながっていく。
**誰もが尊重され、安心して自分の「ライフキャリア」を見つめなおし
 お互いの幸せを認め合って、生きがいを感じられる世界へ。**

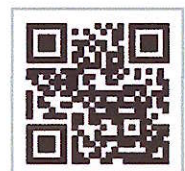
私たちは一人ひとりのご相談に耳を傾けて寄り添い、
 「ライフキャリア」を歩む道しるべと一緒に探します。

あなたのお話を聴かせてください。



NPO法人

ライフキャリアの扉

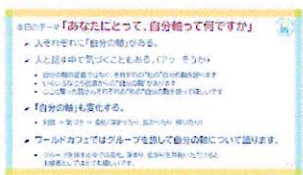


詳細はWebまたはQRコードから

▶ <https://lifecareer-tobira.org/>

ワークショップ／セミナー 活動実績

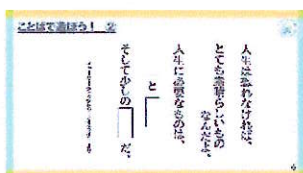
「『自分軸』と『聴く力』の成長」をテーマにしたライフキャリアセミナーを開催しています。



第1回： 「あなたにとって、自分軸って何ですか」

2023年8月27日（日） 神奈川労働プラザ

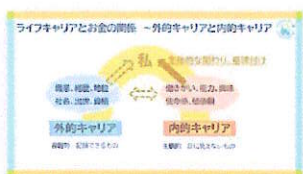
ワールドカフェ形式での対話を通して、それぞれが新たな気づきを得て、「自分軸の成長」につなげるワークショップ



第2回： “言葉”を使って自分を知るワークショップ

2024年1月28日（日） 横浜市アートフォーラムあざみ野

“言葉”に込められた想いを対話を通して分かち合うことで、自分の価値観、ものの見方の広がりや深まりを体験します

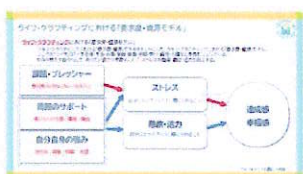


第3回： ～「お金」のことを考えると見えてくる～

ライフキャリアのワークショップ

2024年6月9日（日） 神奈川近代文学館

お金のことについて考えることで、目指すことがより明らかになり、前向きに行動できるようになります

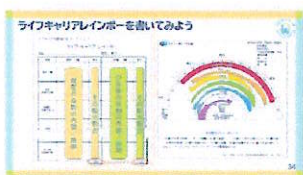


第4回： 自分らしくどう生きるか

「ライフ・クラフティングのワークショップ」

2024年9月8日（日） 神奈川近代文学館

「ライフ・クラフティング」の考え方で、「日々の出来事」を整理し、「どのようにしていくか」を考えてみる



第5回： ～自分軸を育てよう～

「ライフキャリアの扉を拓く」セミナー

2024年11月24日（日） 男女共同参画センター横浜南

人生における自分の“役割”の組み合わせ、バランスを考える。その組み合わせ方は、自分軸から来る

*神奈川県令和6年度NPO活動基盤づくり補助金事業



第6回： ～5つの「問いかけ」で辿る～

「私の人生の物語」ワークショップ

2025年2月23日（日） 神奈川近代文学館

人生を歩むエネルギーは、自分の人生の“物語”の中から見つけることができる

*神奈川県令和6年度NPO活動基盤づくり補助金事業



第7回： 私の“大切な時間”を考えるワークショップ

～ 今を味わう ～

2025年8月24日（日） 神奈川近代文学館

人生の時間の過ごし方、大切にしたい時間を通して、そこにある価値観・意味を考える

私たちの 理念と 活動方針



代表理事 神崎 康治

近年、「人生100年時代」といわれ、職業としての働き方に対する意識にとどまらず、「どのように人生を過ごすか」に想いを馳せる。そんな時代になっております。このような変化の中、「どうすればよいかわからない迷い」、「思い通りにいかない悩み・もどかしさ」など、人生の歩み方（ライフキャリア）に関するモヤモヤについて、「どこで誰に相談したらよいかわからない」という方が多いのではないのでしょうか。

当法人では、社会に生活するみなさんへ、ご自身のライフキャリア形成に関する支援（学び・相談）を受けられる場をお届けする活動を行っています。これらの活動は、当法人のキャリアコンサルタントが、お一人おひとりを支援するものです。

みなさんが「自分らしさと出会える機会」の扉をたたき、キャリアコンサルタントとの対話を通じて得た気づきが、生き活きと輝きを感じる人生を歩む扉を開ききっかけになる。そんな支援を行います。お一人おひとりが笑顔で生きる、笑顔でつながる、笑顔溢れる社会の実現を目指して。



活動内容

ライフキャリアに関するご相談

日常生活におけるモヤモヤ、悩み、迷い、葛藤などのお話をお聴きして、これからの「道しるべ」をご一緒に探していきます。



ライフキャリアセミナー・ワークショップ

これからの人生、ちょっと笑顔になれる、前向きなエネルギーを持てるようなセミナーやワークショップを開催します。



必要とする方々へのボランティア活動

社会的に弱い立場にいる方々、支援を必要とする方々へのボランティア活動を行います。



企業・団体のセルフキャリアドック支援

社員・職員の自律的なキャリア形成を支援します。個別キャリアカウンセリングも実施します。



キャリア形成をサポートするスキルアップ研修

キャリアコンサルタント／カウンセラーのスキルアップ、キャリア形成に役立つワークを通じて、これからの歩みを支援します。

NPO法人

ライフキャリアの扉

〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第1安田ビル6F
HP <https://lifecareer-tobira.org>
MAIL info@lifecareer-tobira.org

「お話を聴かせてください」活動のご紹介（ご提案）



ちょっときいてネット

各地域で開催（予定）



ライフキャリア
相談受付デスク

無料のインテーク面談（導入面談）です。（30分。初回のみ）
詳細はHPをご覧ください。



ライフキャリア
カウンセリング

仕事のことでなく、生き方全般に関するご相談を承ります。
詳細はHPをご覧ください。

ちょっときいてネットとは（企画趣旨のご説明）

誰もが話をきいてもらえる**安心安全の場所**をご提供します。

誰でも	（自分の話をきいてもらえる機会が少ない方々でも）
いつでも	（定期的に）
どこでも	（地元で／近場で）
どんなことでも	（ちょっとザワザワすることやモヤモヤすることを）
気軽な気持ちで	（ちょっと話したい／聞いてもらいたい）
安心して	（守秘義務は守ります）

開催例） ちょっときいてタイム
15分間遮られることなく話を聴いてもらえる会
いまどきの、井戸端
〇〇について本音で話せる場（「子育て」「介護・看護」「シニア生活」…）

地域・団体ともご相談しながら開催していきたいと考えています。

私たちの「お話を聴かせてください」活動では、国会資格キャリアコンサルタントの資格を有するメンバーが丁寧にお話をお伺いいたします、問題の解決を急いだり、一方的なアドバイスを押し付けたりすることはありません。私たちとの対話を通して、きっと何かが見えてくることを願っています。



HP <https://lifecareer-tobira.org/>

MAIL info@lifecareer-tobira.org